# Mentale Gesundheit ukrainischer Kinder: Kontakte fördern Hilfe

geschrieben von Redakteur | Februar 25, 2026

# BiB-Studie zeigt: Eltern mit täglichem Kontakt zu Deutschen nutzen häufiger professionelle Unterstützungsangebote für psychisch belastete Kinder

Soziale Kontakte spielen eine entscheidende Rolle für die mentale Gesundheit ukrainischer Kinder und Jugendlicher in Deutschland. Neue Auswertungen des Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (BiB) zeigen: Wenn Eltern täglich Zeit mit Deutschen verbringen, nehmen sie bei psychischen Problemen ihrer Kinder deutlich häufiger professionelle Hilfsangebote in Anspruch.

## 46 Prozent nutzen Hilfe – bei engem Kontakt zur Bevölkerung

Laut der BiB/FReDA-Befragung „Geflüchtete aus der Ukraine in Deutschland“ erhalten 46 Prozent der Kinder und Jugendlichen mit geringem psychischem Wohlbefinden professionelle Unterstützung, wenn ihre Eltern täglich Kontakt zu Deutschen haben. In Familien mit selteneren sozialen Kontakten liegt dieser Anteil dagegen nur bei 29 Prozent.

Die Daten unterstreichen die Bedeutung sozialer Integration für geflüchtete Familien. Entscheidend für die Inanspruchnahme von Hilfsangeboten ist nicht das Geschlecht der Kinder, die Bildung der Eltern oder deren Erwerbstätigkeit – ausschlaggebend ist vielmehr die soziale Vernetzung der Eltern im Aufnahmeland.

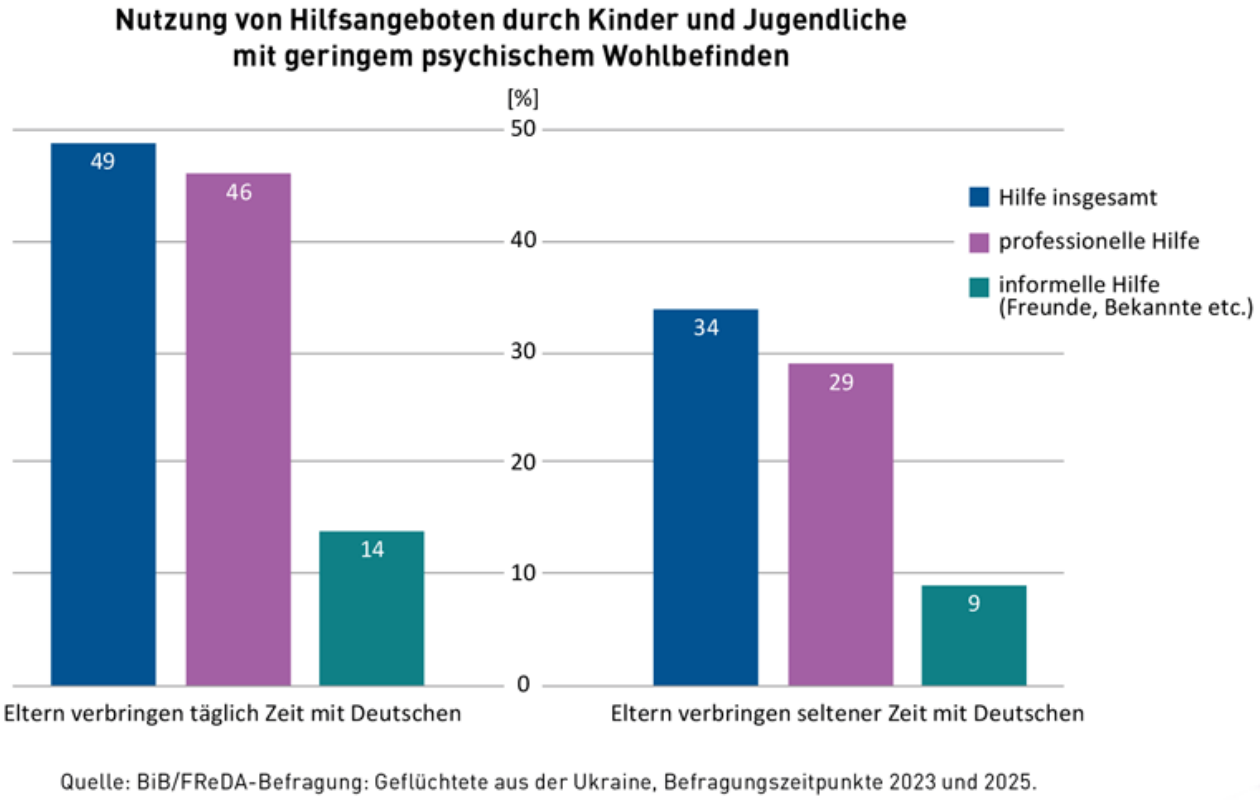
## Psychisches Wohlbefinden deutlich beeinträchtigt

Zu Beginn ihres Aufenthalts in Deutschland war das psychische Wohlbefinden ukrainischer Kinder und Jugendlicher deutlich schlechter als das gleichaltriger Kinder hierzulande. Auch nach einem Jahr zeigte sich zwar eine Verbesserung, dennoch wiesen 2023 noch immer 67 Prozent der Betroffenen ein unterdurchschnittliches psychologisches Wohlbefinden auf.

„Mentale Gesundheit ist die Grundlage für eine förderliche Entwicklung und die Ausschöpfung von Bildungspotenzialen“, erklärt Dr. Anna Daelen vom BiB. Eine stabile psychosoziale Unterstützung könne zudem gesellschaftliche Teilhabe stärken und langfristigen sozialen sowie gesundheitlichen Folgekosten vorbeugen.

Auch die Direktorin des BiB, Prof. Dr. C. Katharina Spieß, betont: „Unabhängig davon, ob die geflüchteten Kinder und

Jugendlichen langfristig in Deutschland bleiben oder später in ihre Heimat zurückkehren: Es ist essentiell für ihre weitere Entwicklung, ihre Teilhabe zu fördern und ihr psychisches Wohlbefinden zu verbessern.“




Quelle: BiB/FReDA-Befragung: Geflüchtete aus der Ukraine, Befragungszeitpunkte 2023 und 2025.

# Rund jedes dritte Kind erhält fachliche Unterstützung

Die Auswertungen zeigen außerdem: Seit ihrer Ankunft in Deutschland hat knapp jedes dritte ukrainische Kind mit geringem psychischem Wohlbefinden (32 Prozent) formelle Unterstützungsangebote genutzt.

Im Detail:

- 18 Prozent suchten einen Kinderarzt auf
- 10 Prozent erhielten therapeutische Hilfe durch Psychologen oder Psychiater
- 6 Prozent nutzten Schulpsychologen
- 6 Prozent griffen auf psychologische Online-Angebote

zurück

Mehrfachnennungen waren möglich. Informelle Hilfe – etwa durch Freunde oder Bekannte – wurde ebenfalls erfasst.

## Datengrundlage: Mehr als 10.000 Geflüchtete befragt

Die Ergebnisse basieren auf der BiB/FReDA-Befragung, die aus der Studie „IAB-BiB/FReDA-BAMF-SOEP – Geflüchtete aus der Ukraine in Deutschland“ hervorgegangen ist. Das Projekt startete 2022 als Kooperation des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung (IAB), des BiB, des Forschungszentrums des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF-FZ) sowie des Sozio-oekonomischen Panels (SOEP).

Seit der dritten Welle wird ein Teil der Studie vom BiB eigenständig fortgeführt. Inzwischen liegen Daten aus sechs Befragungswellen von über 10.000 Schutzsuchenden aus der Ukraine vor. Für die hier dargestellten Analysen wurden 503 Eltern befragt, die Angaben zu 641 Kindern machten.

Das psychische Wohlbefinden wurde mithilfe des KINDL-Fragebogens erhoben. Dabei beantworteten Eltern vier Fragen pro Kind, aus denen ein Gesamtwert ermittelt wurde. Berücksichtigt wurden Kinder, die 2023 im Vergleich zu deutschen Normwerten ein signifikant schlechteres psychisches Wohlbefinden aufwiesen.

## Soziale Integration als Schlüssel zur Gesundheitsversorgung

Die Studienergebnisse machen deutlich: Soziale Kontakte zur Bevölkerung im Zielland erleichtern geflüchteten Familien den Zugang zum Gesundheitssystem und zu psychosozialen Hilfsangeboten. Eltern, die regelmäßig Zeit mit Deutschen

verbringen, sind offenbar besser informiert über vorhandene Unterstützungsstrukturen – und nutzen diese im Bedarfsfall häufiger.

Für Politik und Gesellschaft ergibt sich daraus ein klarer Handlungsauftrag: Integration fördern heißt auch, die mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen nachhaltig zu stärken.